

Wo Zuhören Brücken baut – Dialog in schwierigem Umfeld

Transkripte Audios

Sprachniveau: B2/C1

Yasmina Steck, Verein Mehr Demokratie

Yasmina1.mp3

Welche Regeln gelten bei Sprechen&Zuhören, wenn in den Kleingruppen gesprochen wird?

Also die Personen, die sprechen, sprechen von sich und werten nicht ab. Also keine Abwertungen, keine Beleidigungen oder so. Das ist Übung und es ist auch total in Ordnung, wenn es mal nicht geht. Aber es geht darum, wirklich das zu üben. Und wir haben ja dann auch diese Regel sozusagen, wenn ich als zuhörende Person merke, die Person spricht nicht mehr von sich, kann ich so die Hand auf mein Herz legen als Zeichen: „Ah, bitte sprich wieder von dir selbst.“ Und es ist so eine Erinnerung, weil: Das kann natürlich Menschen schwerfallen, wenn man sich dann so in Rage redet, dass man plötzlich dann in Abwertungen kommt.

Yasmina2.mp3

Wie trägt das Zuhören dazu bei, im Dialog mit Andersdenkenden zu bleiben?

(Also ich erlebe es so bei gesellschaftlich-politischen Themen), dass man da eine eigene starke Meinung hat und auch der andere vielleicht. Und dass man sich da oft so wie so reinredet und rein eskaliert, sage ich mal, ja, in eine Debatte, in eine Diskussion, die dann auch nicht förderlich ist. Und wenn wir sozusagen dieses „vier Minuten spreche ich nur von mir“ und „ich höre vier Minuten nur jemandem zu“, dann kriege ich oft nochmal Perspektiven mit, die ich sonst gar nicht gehört hätte. Aber, wenn ich dann wirklich zuhöre, dann kriege ich nochmal Aspekte mit, die ich vorher gar nicht auf dem Schirm hatte. Und das heißt, es ist wirklich mehr Einblick in andere Sichtweisen. Und das hilft natürlich einem Dialog. Das heißt, wenn ich den anderen viel besser verstehe: Wo kommt denn seine Perspektive her, die ich erstmal nicht nachvollziehen konnte, dann entsteht mehr Verständnis und schlussendlich eben auch, wenn wir jetzt bei einer Demokratie sind, auch andere Lösungsfindungsmöglichkeiten, wenn ich den anderen und seine Perspektive da mit

auf meinem Schirm habe.

Yasmina3.mp3

Kannst du sehen, dass sich an den Menschen etwas verändert, wenn sie miteinander so reden?

Ja, die Körpersprache ist auf jeden Fall oft deutlich, dass dann meistens in den Kleingruppen in der dritten Runde viel mehr gelacht wird, die Menschen so zugewandt sind. Man sieht auch am Anfang oft die Haltung mit den verschränkten Armen und irgendwann irgendwie so eine Hinwendung, weiteres sich Öffnen von der Körperhaltung. Und tatsächlich im Plenum höre ich dann wirklich meistens einfach, wie berührend es war, und wie wertvoll das war, andere Menschen mitzukriegen, die man sonst nie mitkriegt, weil es jetzt nicht in meinem Freundeskreis Menschen sind und das ist natürlich sehr berührend.

Yasmina4.mp3

Welche andere Methode neben dem Zuhören hilft deiner Meinung dabei, den Dialog aufrechtzuerhalten?

Was ich als erfolgreich erlebe, ist, bevor ich spreche – meine fünf Minuten, wiederhole ich erst mal in eigenen Worten, was ich verstanden habe, was die Person gesagt hat. Also ich paraphasiere. Und das ist eine wunderbare Methode, um wirklich zu gucken, was ist bei mir denn wirklich gelandet? Und dann kann es oft sein, dass die Person sagt: „Nee, das habe ich so nicht gemeint, sondern so und so.“ Also das heißt, dann hat die Person nochmal Zeit, das kurz zu korrigieren auch vielleicht. Das meinte ich. Und da sind oft Missverständnisse, die schon passiert sind, also die dann da aufgedeckt werden sozusagen. Das ist ein zweiter Schritt, den ich sehr wertvoll empfinde, das Paraphrasieren.

Yasmina5.mp3

Was empfehlst du noch, was einen Dialog besser macht?

Ich hatte ja diese Corona-Dialoge. Und was mir da geholfen hat, ist tatsächlich halt nicht so eine Zwischen-Tür-und-Angelsituation. Man ist gerade in der WG oder man geht gerade Kaffee trinken oder so und dann einfach darüber kurz zu quatschen und dann zu merken: Oh, das schockiert mich gerade, was die Person sagt und ich kann damit nicht umgehen, sondern sich dann explizit in den Raum zu nehmen und zu

sagen, jetzt habe ich Lust, darüber zu sprechen, passt das für dich auch? Auch zu fragen, passt das für dich? Und dann hatte ich wirklich auch richtig gute Gespräche, das heißt mit diesem Einverständnis darüber zu reden und dann wirklich auch mit meinem inneren Anliegen die andere Person nachzuvollziehen, auch wenn sie erstmal eine andere Haltung hat als ich.

Hannes Kreschel, Politik-Influencer

Hannes1.mp3

Wie gehst du vor, um mit den Menschen in einen Dialog zu kommen?

Ich habe da auch nicht die absolute Weisheit mit dem Löffel gefressen, aber erstmal versuche ich wirklich sehr freundlich und sehr respektvoll mit den Leuten ins Gespräch zu kommen. Also ich versuche sie natürlich nicht zuerst zu beleidigen, auch wenn man vielleicht schnell merkt, die haben eine aus meiner Sicht komische Meinung, die haben vielleicht auch aus meiner Sicht eine falsche, faktische Meinung. Nichtsdestotrotz versuche ich dann auch respektvoll mit den Leuten umzugehen. Und ich glaube, das ist das Aller-Allerwichtigste, dass man versucht, den Mensch von seiner Meinung zu trennen. Also klar zu sagen: „Du als Mensch bist nett, aber deine Meinung ist vielleicht kacke. Aber nichtsdestotrotz können wir normal miteinander reden.“ Das ist mir persönlich ganz, ganz wichtig – zeigen, dass Menschen nicht per se schlecht sind, nur weil sie eine blöde Meinung haben oder so.

Hannes2.mp3

Was hilft noch, um wirklich in einen Dialog zu kommen?

Dann versuche ich wirklich viel zu fragen, viel zuzuhören und dann erstmal zu verstehen, was will denn mein Gegenüber überhaupt, was treibt den denn um. Das ist, glaube ich, eine Sache, die wir in unserer Gesellschaft, ich würde nicht sagen verlernt haben, aber die wir, ja, die wir nicht immer in den letzten Jahren aus meiner Sicht richtig gemacht haben. Ich glaube, da wurde sehr schnell sehr viel verurteilt, sehr schnell sehr viel pauschalisiert, sehr schnell so ein Schubladendenken.

Elisabeth Lenz, Initiative Offene Gesellschaft

Elisabeth1.mp3

Was ist der Ansatz im Projekt DEPOLARIZE?

Der Kerngedanke bei DEPOLARIZE ist: Wie können wir trotz unterschiedlicher Meinungen im Gespräch bleiben? Und ein wichtiger Ansatz ist dabei eben vor allen Dingen Empathie und der sogenannte Perspektivwechsel, was auch eine Methode von DePolarize ist. Und der Kerngedanke ist auch: Ich versuche, die andere Person zu verstehen und warum sie so denkt und nicht: „Ich will die andere Person von meiner Meinung überzeugen.“ Und wichtig ist dabei, dass eben Verständnis nicht unbedingt Zustimmung bedeutet, weil diskriminierende oder menschenfeindliche Positionen eben nicht akzeptiert werden müssen. Das ist ganz wichtig, dass es auch für einen offenen Raum klare Regeln und Grenzen gibt.

Elisabeth2.mp3

Kannst du eine Methode, die ihr herausgefunden habt, näher erläutern?

Da würde ich als Beispiel gerne den sogenannten Perspektivwechsel nutzen. Da geht es eben konkret darum, bewusst die Perspektive einer anderen Person einzunehmen und sich zu fragen: Warum könnte diese andere Person so denken und welche Erfahrungen könnten hinter dieser Haltung stehen? Ist es zum Beispiel die Kindheit, die Herkunft, das Elternhaus, das Umfeld, der Freundeskreis, Lebenssituationen, die eine Person geprägt haben. Dass man eben überlegt: Okay, ich sehe jetzt diese Person nicht nur mit dieser Meinung, sondern was steckt dahinter? Und dass man eben sagt: Man reagiert nicht direkt auf eine Aussage und steckt die Person in eine Schublade und sucht sich Gegenargumente und sagt: „Nein, das ist nicht richtig, dass du so denkst“, sondern dass man erstmal probiert zu verstehen: Warum denkst du so? Und dass man das eben auch konkret anspricht und nicht sagt: „Okay, ich sehe jetzt, du hast diese Meinung und ich finde diese Meinung nicht richtig“, sondern „Hast du eine Idee, wie du auf diese Meinung kommst? Warum siehst du das denn so?“

Elisabeth3.mp3

Wie trägt der Perspektivwechsel zu einem besseren Verständnis bei?

Ich glaube vor allen Dingen, weil man Vorurteile abbaut. Also wir denken ja ganz,

ganz häufig in Schubladen und Klischees und vor allen Dingen in Vorurteilen. Und wenn man mit Menschen spricht, die unterschiedliche Meinungen haben, sorgt das auch dafür, dass man sich selber hinterfragt und sich und seine Ansichten hinterfragt und dann vielleicht merkt: „Okay, die Person, die hätte ich jetzt direkt in die Schublade gesteckt und jetzt unterhalte ich mich aber mit ihr und komme mit ihr in den Dialog und merke, da steckt total viel mehr hinter als das, was ich dachte.“ Und dass man eben nicht sagt, es hört bei dem Meinungsunterschied auf, sondern ich interessiere mich auch für den Menschen hinter dieser Meinung. Wir sollen sagen können: „Wir haben unterschiedliche politische Meinungen. Das ist total okay.“ Aber wir können trotzdem gerne zusammen ins Schwimmbad gehen und zusammen Käsekuchen essen gehen.

Elisabeth4.mp3

Könntest du eine Situation beschreiben, in der das Toolkit gut eingesetzt werden kann?

Eine Situation, in der dieses wissenschaftliche Toolkit eben verwendet werden kann, ist, wenn eine Lehrkraft zum Beispiel feststellt, dass in ihrer Klasse oder in ihrem Unterricht viele unterschiedliche Meinungen bestehen und sie diesen Impuls der Schüler:innen gerne aufgreifen möchte und sage(n möchte): „Ich habe hier eine Methode und wir setzen uns jetzt mal mit dieser Methode auseinander und setzen uns zusammen und sprechen über unsere unterschiedlichen Meinungen und dass wir lernen, unterschiedliche Meinungen auszuhalten und uns trotzdem am Ende noch alle gut verstehen.“